



МЕНЮ

12 декабря 2022 г.

11-17 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	200	4,9	8	51,3	296
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		14,8	60
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,6	18,7	91
Итого				9,4	13,9	89,4	518
Обед							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,5	5	8,8	86
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	6,8	8,3	16,4	168
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	15,3	23,8	30,6	398
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,6	18,7	91
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2008		АПЕЛЬСИН	228	2,1	0,5	18,5	98
Итого				33,2	38,9	145,5	1073
Всего				42,6	52,8	234,9	1591

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О.В.



МЕНЮ

13 декабря 2022 г.

11-17 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С МАСЛОМ	50	8,3	11,7	5,2	160
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,5	4,2	15,1	114
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,6	18,7	91
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	28,8	133
Итого				15,8	16,8	67,8	498
Обед							
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЬЮ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	0,9	10,1	2,9	108
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	3,5	4,8	21,6	144
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	18,1	19	4,7	263
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	8,3	9,5	53	330
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,6	18,7	91
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2011	43	ЯБЛОКИ	200	0,7	0,7	16,8	80
Итого				38,8	45,2	143,1	1137
Всего				54,6	62	210,9	1635

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О,В,




МЕНЮ

14 декабря 2022 г.

11-17 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	25	0,2		0,4	3
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,2	7,3	28,6	196
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,6	18,7	91
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15	61
Итого				7,9	7,9	62,7	351
Обед							
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,4	5,9	8,2	93
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С МЯСОМ	250	7,4	6,7	19,9	170
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	120	17,4	16,9	10,7	264
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	30	0,6	1,7	1,7	24
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,4	4,5	31,1	183
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15	61
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,6	18,7	91
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
Итого				38,7	36,8	130,7	1007
Всего				46,6	44,7	193,4	1358

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О.В.




МЕНЮ

15 декабря 2022 г.

11-17 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	210	40,6	44,2	36	704
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,6	18,7	91
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15	61
Итого				44,1	44,8	69,7	856
Обед							
2008	28	САЛАТ "ПОЛОНЫНСКИЙ"	100	1,2	10,1	4,5	114
		СУП ПО--ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	250	6,2	8,6	6,6	130
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	23	21,2	8,2	341
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200	4,5	13,5	31,4	267
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,6	18,7	91
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
Итого				42,4	54,7	121,9	1175
Всего				86,5	99,5	191,6	2031

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О.В.

МЕНЮ

16 декабря 2022 г.

11-17 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
		КАША МОЛОЧНАЯ ДРУЖБА С С/М	200	4,9	11	26,5	225
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,9	7,6		94
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	3,2	9,5	20,1	178
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,7	24,4	147
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	28,8	133
Итого				18,5	32,1	99,8	777
Обед							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	1,1	3	8,2	64
		СУП ПО--ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	250	6,2	8,6	6,6	130
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕНЫЙ С МАСЛОМ	100	20,4	31,8	6,8	394
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,5	9,2	31,1	226
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,6	19,3	94
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,3		8,1	35
Итого				39,9	53,7	105,5	1064
Всего				58,4	85,8	205,3	1841

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О.В.